



みなと子育て応援プラザPokke
港区芝5-18-1-102 TEL: 03-6435-0411
HP: <https://minato-pokke.com/>



おひさまだよい

令和7年4月20日発行



離乳食Q&A



Pokkeを利用させていただいているママ・パパさんからの
どうしたらいい?の疑問と答えをいくつかご紹介します!
参考にしてみてください♪

Q.「離乳食を食べてくれないんです」「食べても出してしまう」

A. 離乳食は食事に慣れていく期間なので食べ始めて間もない食材を嫌がってしまうことはよくあります。初期・中期の頃はまだ練習期間と思って良いです。始めの段階は無理強いせずに食事の時間が楽しいと思えるように心がけましょう。

Q.「おやつはいつからあげたらいいですか?」

A. いろいろな食事の進め方はありますが、離乳食初期段階ではあげなくても大丈夫です。おやつは「補食」とも言い、1歳前後になると1日3回の食事が中心となります。3回の食事をとるということはその分更に動きます。消化吸収が未熟な子どもたちにとって1回の食事で摂取できる量には限りがあるのでおやつ・補食を食べて足りないエネルギーを補給しています。



ケアルームより



暖かく過ごしやすい季節になりました。みなさんは外遊びやお出かけした後、お家に帰ってまず何をしますか?

・・・そう、手洗いですね!

手は一見汚れていなくても色々な場所に触れているので目に見えない病原菌やウイルスが沢山付いています。では、アルコール消毒でもいいかな?と思う方も居るかもしれませんが…しかし、ノロウイルスに代表される多くのウイルスにはアルコールは効きません!よく泡立てた石けんと流水で手を洗う事で病原菌もウイルスもバイバイできます。最近では季節を問わず感染症が流行していますので、手洗いで感染症を予防して健康に過ごしましょう!



Pokke ランチ・カフェ



ランチ 5/22(木) 12:00~13:00

限定10食、1食1,000円でランチの販売を行います。国産の安心安全な食材をたっぷり使用し、保育の給食と同じメニューを大人の量にして提供致します。

▼**申込方法**: 当日10:30より受付にてチケット購入できます
ランチメニューはInstagramでお知らせします。



カフェ 5/8(木)・15(木)・22(木) 14:30~15:30

一時保育のお子さんやおやつに食べているものと同じメニューを提供しています。離乳食が完了しているお子さんはお召し上がり頂けます。

当日のおやつはInstagramでお知らせします。

▼**メニュー**: 150円~300円くらいのパン、お楽しみおやつ
コーヒー・紅茶・ジュース・ペットボトル飲料
(カフェインレスのご用意あります)

※予定が変更になる場合もございますのでご了承下さい

かんがるーくらぶとは?

1年を通して親子で参加するPre schoolです。季節に合わせた活動をしています。2歳児、3歳児に関しては、定員に余裕がありますので年度途中での参加も可能です。かんがるーくらぶについての詳細や活動の様子は“かんがるーくらぶ”ホームページをご覧ください。
お問合せ先: かんがるーくらぶスタッフ【minatokangaroo.club@gmail.com】又はPokkeスタッフまで

かんがるーくらぶ
HPはこちら→



ひとりで抱えこまないで大丈夫

いつでも**ご相談**ください。



面談・電話・訪問など、みなさんの状況に応じ対応致します
お気軽にお問い合わせください
また、ひろばでは日常的にいつでもご相談受けいたします

電話相談: 毎週金曜(祝日休み) 9:00~17:00 無料
Tel:03-6809-3313

育児相談は金曜の相談日以外でも受付しています
対応内容は、より良い支援の為に会話を録音させていただきます
ご了承下さい

訪問相談: 毎週水曜(祝日休み) 10:00~12:00(内1時間)
Tel:03-6809-3313

来館ができない方対象。ご自宅に訪問し、子育ての相談に応じます
料金: 1,500円(交通費+技術料)

●ご協力お願いします



- 大人の方は、靴下着用をお願いします。
- ご本人、家族に体調不良の方がいる時のご利用はご遠慮下さい
- 感染症予防のため、Pokke入館前の手洗いをお願いします。手洗いが出来ない場合は、館内にあります消毒液をご利用ください。

●おやすみ

- 子育てひろば 第2・4・5日曜・第4火曜年末年始
5月11日(日), 25日(日), 27日(火)
- 乳幼児一時保育 第4火曜・年末年始
5月27日(火)

子育てひろば 5月スケジュール



カフェ



読み聞かせ



ランチ

	日 (Sun)	月 (Mon)	火 (Tue)	水 (Wed)	木 (Thu)	金 (Fri)	土 (Sat)
A M					1	2	3(憲法記念日)
P M							
A M	4(みどりの日)	5(こどもの日)	6(振替休日)	7	8 ①英語の歌で リラックス 	9	10
P M							
A M	11 お休み	12 ②Pokkeハンズ	13 健康体操	14	15 	16 かんがるーくらぶ	17
P M							
A M	18	19 ③おひさまサロン	20	21 計測の日 ④英語講座	22 	23 ⑤お誕生会	24
P M					 		
A M	25 お休み	26	27 ひろば・一時保育 お休み	28	29 ⑥保育コンサル 説明会	30	31
P M							

ご予約が必要なイベント

- ① 英語の歌でリラックス～気軽に英語でのコミュニケーションを～
5/8(木) 11:00～11:30
【対象】 Pokke会員の親子
【定員】 10組程度 【参加費】 無料
【場所】 つきの部屋 【持ち物】 なし
【講師名】 箕田百合子さん 【申込み】 4/23(水) 10:00～
- ④ 英語講座 ～親子で楽しい英語あそび～
5/21(水) 11:00～11:30
【対象】 Pokke会員の方
【定員】 10名程度 【参加費】 無料
【場所】 つきの部屋 【持ち物】 なし
【講師名】 山本美樹さん 【申込み】 4/23(水) 10:00～
- ② Pokkeハンズ ～布えほんを作しましょう～
5/12(月) 10:00～11:30
【対象】 Pokke会員の保護者の方
【定員】 3名
(お子さんはひろばで民生委員さんと過ごします)
【場所】 ミーティングルーム 【参加費】 800円
【講師名】 Pokkeスタッフ 【持ち物】 なし
【申込み】 4/23(水) 10:00～
- ⑤ お誕生会 5/23(金)
11:00～計測・手形 11:30～お誕生日会
5月生まれのお子さんのお祝いです。4月に参加できなかった方もご参加いただけますのでお声掛けください♪
ひろばは9:30から開いています。少し遊んで落ち着いてから計測や手形のお誕生日カードを作りませんか♪
【定員】 10人 【場所】 ひろば
【申込み】 随時受付中!
- ⑥ 保育コンサルジュによる出張説明会 5/29(木) 10:00～11:00
【対象】 港区にお住まい(予定)で、就学前のお子さんの預け先を探している方(妊婦さんでも可)
※個別相談会ではなく、基本的な港区の保育園申請等に関する説明を行います。
【定員】 10組程度 【場所】 つきの部屋 【参加費】 無料
【講師名】 港区保育コンサルジュ 【持ち物】 なし
【申込み】 4/23(水) 10:00～

ご予約なしでご利用いただけるイベント

- ③ おひさまサロン 5/19(月) 10:30～11:00
※予約不要ですが、先着順になります。
日々の子育ての不安や悩み、喜びをお話してみませんか。
手遊び、わらべ歌、読み聞かせなど一緒にやってみましょう♪
【対象】 どなたでも
【定員】 5名程度 【参加費】 無料
【場所】 つきの部屋 【持ち物】 なし

健康体操 5/13(火) 10:30～11:30 場所: つきの部屋
高齢者の方と一緒に歌ったり、身体を動かしたり、おしゃべりをして楽しいひとときを過ごしませんか♪どなたでもご参加いただけます!

計測 保健師相談日 5/21(水) 10:30～11:30

月に1度の計測日の午前中に、保健師さんがPokkeに来館。成長・発達・食事など日頃気になっている事を相談できます。当日午後にも計測のみ行っていますので、お声がけください。

